

Soda bread (Trish Deseine) ou pain pour les nulles !

Pour une belle miche

250 gr de farine blanche (T55)

250 gr de farine complète

1 càc bombée de bicarbonate de soude

1 et 1/2 càc de sel fin

45 à 47 cl de lait ribot (suivant l'absorption de votre farine)

Préchauffez le four à 225° (th 7/8)

Dans un grand saladier, mélangez les farines, le sel, le bicarbonate de soude

Soulevez avec les doigts pour bien répartir les éléments

Formez un puits, versez le lait ribot

Avec les doigts tendus et écartés, exercez un mouvement circulaire du centre vers l'extérieur, en cercles de plus en plus grands pour bien faire tomber la farine dans la masse mouillée.

Pétrir rapidement pour bien finir d'incorporer.

Sur le plan de travail fariné, déposez la pâte (farinez également vos mains), donnez une forme de boule à la pâte

Mettez sur la plaque de cuisson, glissez vos mains sous les bords et tapotez pour faire une miche d'environ 4 cm de hauteur (ça va gonfler)

Faites une croix profonde et piquez la surface avec une fourchette

Enfournez 15 mn à haute température, puis baisser le four à 200° (th 6/7) et poursuivez encore 15mn

Au bout de ce temps, retournez la miche et laissez encore 5 à 10mn : tapotez du bout des doigts jusqu'à ce que la base sonne creux (c'est cuit)

Laissez tiédir sur une grille, tamisez un peu de farine sur le dessus.

Ce pain "pour les nulles" est une merveille. La mie est compacte, sans le côté "étouffe-chrétien", un petit goût de noisette est très présent.

Tartiné de beurre salé, c'est le top, recouvert de confiture c'est le top du top !

Pas de robot, pas de MAP....ça me va très bien !